

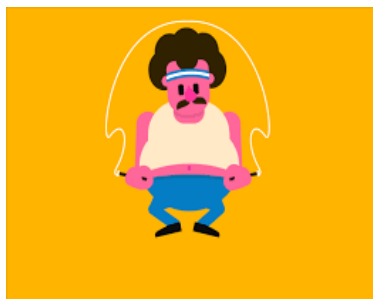
Datum: 18. 1. 2020	Teden/zap.št.ure: 10/10
Dan, predmet, razred: ponedeljek, NIP - šport, 6 razred	Učitelj: uros.pogacnik@guest.arnes.si

Pozdravljen/a,

najprej se ogrej in naredi gimnastične vaje. Klikni na sličico:



Naredi vsaj 10 poskokov čez kolebnico vseh predstavljenih načinov preskakovanja. Če nimaš kolebnice, si lahko pomagaš z vrvjo ali tanjšim šalom. Med poskoki se spočij, da se srčni utrip umiri.



Na koncu se obvezno raztegni z razteznimi vajami:



Lepo vadbo in lep pozdrav, učitelj Uroš

